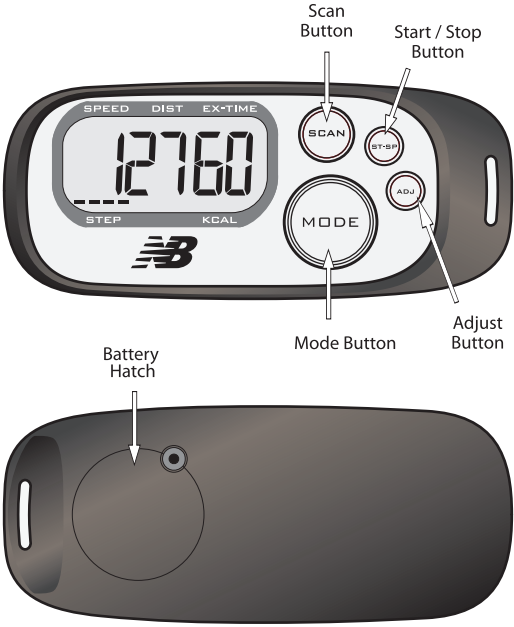


VIA tempo

Fonctions

Merci d'avoir choisi le podomètre VIA Tempo de New Balance.

Voici la liste complète des fonctions du VIA Tempo :

- Podomètre (1 à 99 999 pas)
- Minuteur automatique d'exercice (jusqu'à 99h 59min 59s)
- Distance parcourue (jusqu'à 99,99 miles)
- Calories brûlées (jusqu'à 99 999 kcal)
- Cadence (Vitesse) : (0,6 - 9,3 mi/h)
- Mémoire cumulative automatique
- Cordon amovible
- Facile d'utilisation
- Design léger
- Batterie remplaçable par l'utilisateur

Informations de garantie et d'entretien

Vous pourrez trouver des informations sur la garantie limitée d'un an sur le site web des moniteurs de sport New Balance : www.nbmonitors.com
800-446-7587 / help@4implus.com

New Balance Sports Monitors, une division d'Implus Footcare,LLC.
Concessionnaire Autorisé de New Balance Athletic Shoe, Inc.

New Balance et Flying NB sont les marques déposées de New Balance Athletic Shoe, Inc.

Imprimé et fabriqué en Chine.
©2012 Implus Footcare, LLC. Tous droits réservés.

Avertissements et précautions

AVERTISSEMENT : Avant de commencer un programme d'exercice, nous vous recommandons fortement de consulter votre médecin pour un examen physique complet et pour discuter de vos projets d'exercice.

VEUILLEZ LIRE toutes les informations contenues dans ce manuel d'instructions avant d'utiliser cet équipement.

ATTENTION : Ce podomètre n'est pas étanche. N'immergez PAS le podomètre dans l'eau et ne l'utilisez PAS dans des conditions humides sans protection.

GARDEZ l'appareil hors de portée des enfants et des animaux. L'équipement contient de petits éléments pouvant être avalés.

ÉVITEZ d'exposer le podomètre à des conditions environnementales ou météorologiques extrêmes.

ÉVITEZ une utilisation rude et des chocs violents au podomètre.

NETTOYEZ le podomètre de temps en temps à l'aide d'un chiffon sec et doux.

CONSERVEZ le podomètre dans un endroit sec s'il n'est pas utilisé pendant de longues périodes.

N'exposez JAMAIS le podomètre à des produits chimiques forts comme l'essence, des agents solvants de nettoyage, l'acétone, l'alcool, les répulsifs contre les insectes, l'écran solaire, la laque et autre produits de toilette, car ils risquent de l'endommager.

N'essayez JAMAIS de démonter ou de modifier l'appareil. Toute modification apportée à cet équipement entraîne L'ANNULATION DE LA GARANTIE.

Dépannage

Si l'appareil ne compte pas les pas correctement, vérifiez les causes possibles suivantes :

- **L'appareil subit un mouvement irrégulier** : Si le podomètre se trouve dans un sac et que le sac bouge de façon irrégulière ou si le podomètre est en position d'être balancé de façon irrégulière. De même, monter ou descendre des escaliers, faire du sport ou monter des pentes raides peut aussi compromettre les mesures.
- **L'utilisateur adopte un mouvement ou un rythme lent ou irrégulier** : Si l'utilisateur n'adopte pas un mouvement de marche ou un rythme plus ou moins régulier, le podomètre peut ne pas détecter le mouvement avec exactitude (par exemple traîner des pieds, marcher au milieu de la foule).
- **Il est possible que les piles soient usagées**

Informations sur les piles du VIA Tempo :

Signes de piles défaillantes ou usagées :

- Un affichage faible ou effacé
- Des mesures incohérentes

Remplacement des piles du VIA Tempo

Le VIA Tempo utilise une pile CR2032 3 V Alcaline.

- À l'aide d'un petit tournevis, retirez la vis du compartiment à pile. Retirez doucement le couvercle du compartiment à piles du podomètre.
- Enlevez l'ancienne pile CR2032 et remplacez-la par une nouvelle pile CR2032. Assurez-vous que la pile respecte la polarité : le côté positif (+) de la pile est visible.
- Replacez le couvercle du compartiment avec soin ; ne serrez pas trop la vis.

REMARQUE : Gardez les piles de montre à distance des enfants et des animaux.

REMARQUE : Ce produit contient une pile bouton. En cas d'ingestion, contactez immédiatement un médecin ; il existe des risques de blessures graves ou de mort.

REMARQUE : Les piles de montre contiennent des substances chimiques. Disposez du podomètre, de ses piles et de tous ses composants conformément aux réglementations locales. Le non-respect de ces dispositions peut entraîner une pollution de l'environnement.

REMARQUE : Ne jetez pas de piles dans le feu, elles risquent d'exploser.

REMARQUE : Des manipulations spéciales peuvent être nécessaires. Consultez www:dtsc.ca.gov/hazardouswaste/perchlorate.

À SAVOIR : Les piles alcalines du type utilisé dans cet appareil sont très sensibles aux conditions de stockage. Il arrive souvent que des piles achetées neuves soient défaillantes ou usagées avant même leur achat. Si le problème persiste malgré le remplacement des piles, veuillez essayer des piles d'une autre source pour vous assurer du problème.

Activation du VIA Tempo

Pour activer le VIA Move pour la première fois, vous devez retirer l'onglet d'isolation des piles de la plaque arrière.

Tirez doucement sur l'onglet transparent jusqu'à ce qu'il soit entièrement retiré de la zone de la plaque arrière.

Enlevez l'étiquette qui se trouve sur l'écran du podomètre. L'écran à cristaux liquide doit à présent être activé et prêt à l'emploi.

Détermination de la longueur des enjambées

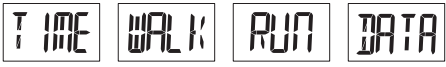
La longueur d'enjambée que vous saisissez concerne la fonction de comptage des pas de ce podomètre. Si vous trouvez que le nombre de pas est généralement trop élevé ou trop bas, il est possible que vous ayez besoin de régler la longueur d'enjambée.

- Vous aurez besoin d'un mètre mesureur pour mesurer votre enjambée avec précision.
- Indiquez une marque de départ sur le sol. Avec votre orteil sur cette marque, effectuez 10 enjambées naturelles en ligne droite.
- Au bout du dixième pas, indiquez une deuxième marque directement devant votre pied avant.
- Mesurez la distance entre les marques et divisez-la par 10.

REMARQUE : *Pour des résultats optimaux, n'utilisez le podomètre que pour la marche. Effectuer un jogging ou courir avec le podomètre peut entraîner des mouvements irréguliers et des longueurs d'enjambées variées, ce qui peut compromettre l'exactitude des mesures de pas.*

Modes of Operation

- **APPUYEZ** sur le bouton MODE pour basculer entre les modes :



Informations utilisateur sur la configuration

REMARQUE : Veuillez saisir correctement toutes les informations. Des informations incorrectes peuvent compromettre l'exactitude des données fournies.

REMARQUE : Pour configurer l'option TARGET PACE (SPEED) (OBJECTIF DE CADENCE/VITESSE), vous devez d'abord activer l'indicateur TARGET PACE (SPEED). APPUYEZ sur ST-SP pour activer l'indicateur TARGET PACE (SPEED) (OBJECTIF DE CADENCE/VITESSE), puis suivez le reste des instructions.

- APPUYEZ SUR MODE pour passer en mode TIME (TEMPS).
- RESTEZ APPUYÉ(E) sur ADJ (ADJUST/RÉGLAGE) pour entrer dans la séquence des paramètres de configuration.

La variable programmée clignote à l'écran :
12/24 HOUR FORMAT (FORMAT 12/24 HEURES) > MINUTES > HOUR (HEURES) > UNITS OF MEASURE (UNITÉS DE MESURE) > WEIGHT (POIDS) > HEIGHT (TAILLE) > STRIDE LENGTH (LONGUEUR DE FOULÉE) > TARGET PACE (SPEED) (OBJECTIF DE CADENCE/VITESSE)

- APPUYEZ sur MODE et/ou ADJ (RÉGLAGE) pour effectuer les changements.
- APPUYEZ sur SCAN (BALAYER) pour passer à la valeur suivante.

REMARQUE : Après 30 s d'inactivité des boutons, le podomètre revient en mode STEP par défaut.

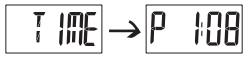
Indicateur de l'objectif de cadence/vitesse

L'indicateur de l'objectif de cadence/vitesse est une fonction unique de ce podomètre qui fournit des alertes visuelles (flèches) pour vous indiquer si votre cadence de marche (vitesse) est au-dessus ou au-dessous de votre objectif de cadence défini.

L'indicateur de l'objectif de cadence ne s'affiche sur l'écran PACE (SPEED) (CADENCE / VITESSE) que si une course est activée en mode RUN (COURSE). Les indicateurs n'apparaîtront qu'une fois que votre objectif de cadence défini sera atteint. Par la suite, les flèches s'afficheront lorsque votre cadence (vitesse) sera 5 % au-dessus ou au-dessous de votre objectif de cadence défini (vitesse).

Mode Heure

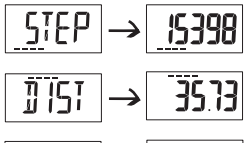
En mode TIME (HEURE), l'heure du jour \ s'affiche. Si vous avez sélectionné le format 12h, un P s'affiche à gauche de l'affichage pour indiquer l'après-midi.

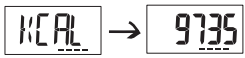


REMARQUE : Au début de l'activité, le podomètre ne commence à compter les pas qu'après que 10 pas « similaires » ont été effectués. Cette fonction permet d'assurer que le podomètre compte vos pas et non un mouvement aléatoire.

Mode Marche

En mode WALK (MARCHE), le podomètre affiche le nombre total de pas effectués, la distance totale parcourue et une estimation du total de calories brûlées. Pour basculer entre les données du mode WALK, APPUYEZ sur le bouton SCAN.





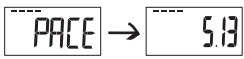
Réinitialisation des données du mode Marche

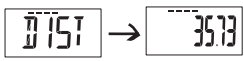
- En mode WALK (MARCHE), RESTEZ APPUYÉ(E) sur le bouton MODE jusqu'à ce que le mot CLEAR (EFFACER) s'affiche à l'écran. Les valeurs du mode WALK reviennent à zéro.

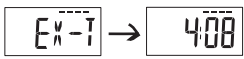
REMARQUE : Toutes les valeurs en mode WALK (MARCHE) sont des totaux cumulatifs jusqu'à leur réinitialisation.

Mode Course

En mode RUN (COURSE), le podomètre affiche votre cadence (vitesse) actuelle, la distance totale parcourue et le temps total d'exercice une fois qu'une course est activée.







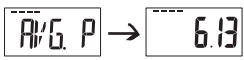
- Pour ACTIVER une course, APPUYEZ sur ST-SP jusqu'à ce que le mot START (DÉMARRER) clignote à l'écran.
- APPUYEZ une fois de plus sur ST-SP pour DÉMARRER la course. Le mot START (DÉMARRER) sera remplacé à l'écran par les données PACE (SPEED) (CADENCE ou VITESSE) pour indiquer que la course a été activée.
- Pour basculer entre les données du mode RUN (COURSE), soit Pace/Speed (Cadence/vitesse) / Distance / Exercice Time (Temps d'exercice), APPUYEZ sur le bouton SCAN.

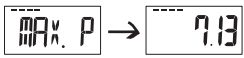
REMARQUE : Les quatre lignes clignotantes en haut de l'affichage soulignent les données affichées à l'écran.

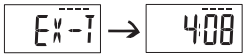
- Pour mettre la course en PAUSE, APPUYEZ sur ST-SP (PAUSE s'affiche à l'écran).
- Pour REPRENDRE la course, APPUYEZ sur SCAN.
- Pour ARRÊTER la course et ENREGISTRER les données de la course, APPUYEZ sur ST-SP.

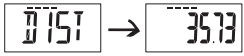
Mode Données

En mode DATA (DONNÉES), le podomètre affiche les informations enregistrées lors de votre dernière course. Les données enregistrées comprennent votre cadence ou vitesse moyenne et maximale, le temps total d'exercice et la distance totale parcourue.









- Pour basculer entre les données, APPUYEZ sur le bouton SCAN.

REMARQUE : Chaque fois qu'une course est activée en mode RUN (COURSE), les dernières données écrasent les données précédentes du mode DATA (DONNÉES).